

# **AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE**

REISE: Top-Angebot Teneriffa: Wanderparadies inkl. Flug

REISECODE: ESTOPTE

	= Link zu unserer Pro	oduktempfehlung
	* Anzeige	

鮋

AUS	AUSRÜSTUNG					
0	Regenhülle für den Rucksack Stabiler Berg- oder Trekkingschuh (Kat. B/C)	Щ	0	Rucksack ca. 25-30 l Stirnlampe (LED, ≥ 70 Lumen) inkl. Ersatzbaterien	Щ	
_	wasserdicht		_	(Alkaline + 1 Satz Lithium)		
	Teleskopstöcke	Щ		Trekkingsandalen oder Turnschuhe		
BEK	LEIDUNG					
	Dünne Windstopper Fingerhandschuhe	Щ		Funktionsjacke (wind-/wasserdicht, mit	鮋	
	Funktionssocken	Щ		Membranenverarbeitung)		
	Mütze, Stirnband, Halstuch, Sonnenkappe	Щ		Funktionsunterwäsche (schnell trocknend)	Щ	
	T-Shirts/Hemden	Щ		Pullover/Jacke	鬥	
	Überhose (wind- und wasserabweisendes,	Щ		Trekkinghose lang/knielang	鬥	
	atmungsaktives Material)					
ZUSÄTZLICHES						
	Badesachen			Handtuch	鮋	
	Insektenschutz			Kamera, Smartphone, Ladegerät		
	Kreditkarte			Regenschirm (Bergsteigerschirm)	Щ	
	Reiseapotheke			Reisetasche oder robuster Koffer	Щ	
	Sonnenbrille	Щ		Sonnencreme & Lippenschutzcreme (LSF 30+)		
	Trink-/Thermosflasche (bruchfest mind. 1l oder nach	罾				
	Bedarf 1,5 l)					
OPTIONAL						
	Antibakterielles Hautreinigungsgel			Fernglas		
	Höhenmesser			Karten		

Taschenmesser

Proviantbox (stabil mit Deckel)

#### Wird leihweise vor Ort gestellt (im Reisepreis eingeschlossen)

Bitte beachten Sie, dass Sie für ein Sonnenaufgangserlebnis auf dem Teide in der Nacht die ca. 5- bis 6-stündige Besteigung vornehmen. Dabei sind Minustemperaturen und auch mal starke Windböen keine Seltenheit! Bitte vergessen Sie daher weder warme und winddichte Kleidung als auch Mütze und Handschuhe und natürlich eine Stirnlampe.

#### Hinweise

- Es empfiehlt sich Kopien von allen Reisedokumenten anzufertigen: Reisepass/Personalausweis (bei Verlust); Versicherungsschein und Reisebestätigung (als Nachweis für den Versicherungsfall).
- Bei schnellem Flugzeugwechsel oder Flugverspätung kommt es vor, dass Gepäck falsch verladen und nachgestellt wird. Nehmen Sie Ihre Trekkingschuhe als Handgepäck mit in die Kabine. Sollte ihr Gepäck nicht rechtzeitig eintreffen, kann Ersatzausrüstung vielleicht vor Ort besorgt werden, gutes und passendes Schuhwerk aber kaum.
- Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Ausrüstung die entsprechenden Normen erfüllt.

## TABELLE DER SCHUHKATEGORIEN MIT EINSATZANGABEN

### **SOMMER**

Schuhkategorie	Aktivität	Terrain
A	Freizeit, Alltag, Reise, Walking	Gute Wege, Parkanlagen
A/B	Leichte Wanderungen im Flachland, im Mittelgebirge oder in den Voralpen	Gute und weniger gute Wege, Hüttenwege
В	Anspruchsvolle Wanderungen in Mittelgebirge oder Alpen, leichte Trekkingtouren	Geeignet auch auf schlechten Wegen und Steigen
B/C	Anspruchsvolle Trekkings, harte Wanderungen, bis Hochgebirge	Auch auf schlechten Pfaden und Trails, in Geröll, Klettersteige
С	Touren im Hochgebirge, auf Gletschern, härteste Trekkingtouren	Gletscher, schlechteste Wege oder auch weglos, in Geröll und auf Klettersteigen
D	Absolut steigeisenfeste Bergschuhe	Weglos, Gletscher, Eistouren extrem
Kletterschuhe	Fels- oder Hallenklettern	Kletterrouten im alpinen Gelände und Sportkletteranlagen

### **WINTER**

Schuhkategorie	Aktivität	Terrain
В	Hohe winterfeste Trekkingstiefel mit Profilsohle (empfohlen: Gore Tex o.ä.) Schneeschuhgehen und Winterwanderungen	Im verschneiten Gebirge auch auf vereisten Wegen, auch im Einsatz mt Schneeschuhen, Grödel oder Steigeisen
Skitourenschuh	Skitourengehen und Skibergsteigen	Freies Skigelände, auch im Einsatz mit Steigeisen
Freerideschuh	Ski Plus und Freeride	Varianten Gelände
Pistenskischuh	Alpinski	Skipiste
Snowboard Boots	Snowboard- Splitboardtouren, Freeride	Skipisten, Varianten Gelände, Freies Skigelände auch im Einsatz mit Schneeschuhen

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

# UNSERE EMPFEHLUNGEN FÜR IHRE AUSRÜSTUNG







Rucksäcke von Deuter — bestechendes Design und hohe Funktionalität www.deuter.com



Skiausrüstung von Dynafit www.dynafit.com



Innovative Stöcke und Handschuhsysteme www.leki.com



Experte für Lawinennotfallausrüstung und anspruchsvollste Bergsportprodukte www.ortovox.com



Qualität, Innovation und bestechendes Design fürden Berg- und Klettersport www.petzl.com



Traditionsmarke für hochwertige Sporthandschuhe seit 1839 www.roeckl.de



Wanderliteratur für Bergsteiger und Kletterer www.rother.de



Natürliche Ernährung auf Trekking & Expedition www.seeberger.com